

T H E R M A E  
**RACKETSCHOOL**

14.09

# Gratis initiatiedag


Kids/Tieners/Volwassenen. Ook voor niet-leden.

► **INSCHRIJVEN** (verplicht)

✉ info@racketschool.be

Onze nieuwe website ►

**INFO** ►  [www.thermaeracketschool.be](http://www.thermaeracketschool.be)

 Sofie Oyen – 0472 298 710

 Arnaud D'hert – 0479 518 372



## ► KIDS TENNIS

Wit + Blauw 3 – 6 JAAR	TENNIS	10:00 – 10:45
	MULTIMOVE	10:45 – 11:30
Rood + Oranje 7 – 10 JAAR	TENNIS	11:00 – 11:45
	CONDITIE (met muziek)	11:45 – 12:30
Groen + Geel 11 – 14 JAAR	TENNIS	12:00 – 12:45
	CONDITIE (met muziek)	12:45 – 13:30

## ► TIENERS PADEL

10 – 17 JAAR	PADELINITIATIE	13:00 – 14:00
--------------	----------------	---------------

## ► VOLWASSENEN TENNIS

17+ JAAR	TENNIS • SESSIE 1	14:00 – 15:00
	TENNIS • SESSIE 2	15:00 – 16:00

## ► VOLWASSENEN PADEL

17+ JAAR	PADEL • SESSIE 1	14:00 – 15:00
	PADEL • SESSIE 2	15:00 – 16:00

### Wat is Multimove? (3 – 6 JAAR)

'Multimove' is een concept om kinderen op jonge leeftijd te stimuleren in hun algemene motorische ontwikkeling. Het richt zich op het aanleren en verbeteren van een breed scala aan fundamentele bewegingsvaardigheden, zoals lopen, springen, werpen, vangen, balanceren en klimmen.

### Wat is Conditie? (7 – 14 JAAR)

Bij kinderen draait 'Conditie' om het ontwikkelen van snelheid, coördinatie en uithouding op een speelse manier, zodat ze plezier hebben in het bewegen en tegelijkertijd hun lichaam sterker en fitter maken voor het spelen van tennis.